



Reto *pwm*

Prosperidad

"Sintonizando nuestro ser con la
abundancia positiva"

WorkBook No.1
Abundancia y finanzas



“La prosperidad llega a tu vida cuando
entras en sintonía con ella, cuando todo
tu ser se alinea con el lugar y el
momento adecuados”



¿Qué es PIM Bienestar?

Somos una red de consciencia al servicio de la **humanidad** con el propósito de acompañarlos en la búsqueda del **bienestar y el equilibrio**, brindándoles **contenidos de valor y herramientas** para su transformación personal y el cumplimiento **de metas y sueños**

En PIM creemos que la consciencia de **nosotros mismos** es el camino hacia el **equilibrio y la evolución**.



¿Cómo usar este Workbook?

Nuestro Reto de Prosperidad se compone de 21 meditaciones diarias y un WorkBook con ejercicios para poner en práctica los conceptos y afirmaciones que trabajaremos en las meditaciones.

Queremos que disfrutes este reto y fluyas con el proceso. Por eso, te recomendamos realizar los ejercicios de este WorkBook cuando te sientas listo. Tómate el tiempo necesario para completar cada ejercicio y para reconocer tus avances y tu progreso en este camino hacia el autoconocimiento y la maestría del ser.



Exploremos algunos conceptos

Prosperidad

Hablar de prosperidad nos conecta con la idea de ir hacia adelante, avanzar, tener éxito. Nuestro nivel de prosperidad siempre corresponde con aquello que estamos sintonizados, es decir que si estamos sintonizados con el amor, la riqueza y el equilibrio, eso es lo que atraemos.

Abundancia

Ser abundante es poseer una gran cantidad de algo, tanto en aspectos positivos como en otros de gran aprendizaje. Siendo así, podemos llegar a ser muy abundantes en dinero o en deudas.

De acuerdo con estas definiciones, podríamos concluir que para lograr la Abundancia Positiva, es necesario trabajar la Prosperidad, es decir, todo aquello con lo que nos sintonizamos. En PIM queremos compartirte, a través de este WorkBook, cuáles son los Fertilizantes de la Prosperidad y cómo comenzar a sintonizar con lo que realmente queremos.

Para empezar, es muy importante que recuerdes que este ejercicio nunca se trata de comparar nuestros niveles de prosperidad y abundancia con los de otras personas.

"El alimento que requiere un elefante es diferente al de una hormiga. Todo va llegando en el momento en que estamos listos para recibirlo"



Los fertilizantes de la prosperidad



Comencemos por observar nuestra situación actual:

- ¿Cuáles son mis pensamientos más recurrentes sobre el dinero?
- ¿Cuáles de mis hábitos respecto al dinero agradan y cuáles no?
- ¿Confío en mí? ¿Confío en los demás?
- ¿Me siento merecedor de riqueza?
- ¿Me siento preparado para ser rico?

Para conectar con la prosperidad debemos ir al mundo de los invisibles; aquel que modifica el mundo visible. Es decir que la abundancia que tenemos hoy en cualquier área de nuestras vidas, está directamente relacionada con aquello que habita en nuestro campo invisible o intangible, es decir, lo que pensamos y sentimos; todas nuestras creencias sobre el dinero, el merecimiento, el dar y recibir.

T. Harv Eker lo explica en su libro, utilizando la **metáfora del árbol**, en el que **los frutos del árbol** son los resultados o el dinero que tenemos en la vida; **las raíces** son todas las **creencias profundas** que absorben y nutren, y **el tronco**, los **medios** que utilizamos para lograr obtener esos resultados.

Puede ser que hoy, los frutos o resultados de nuestra vida sean pequeños o no tengan buen sabor. La única forma de que estos frutos crezcan y sean deliciosos, es **modificando las raíces de nuestro árbol** y dándoles un **buen fertilizante**. Quiere decir que si las raíces son nuestras creencias, pensamientos y sentimientos, los **fertilizantes** son los **hábitos diarios** que dan fuerza a esas raíces. Así que cabemos un poco hacia abajo para observar nuestras raíces y el tipo de fertilizante que hemos venido utilizando, y al tomar acción para cambiar nuestro mundo interior o invisible, cambiará todo lo que sucede en el exterior.



Identificando los patrones económicos

Cuando hablamos de patrones, nos referimos a los comportamientos que adoptamos y repetimos, atrayendo una y otra vez las mismas situaciones. Siendo así, los patrones económicos corresponden a la forma en la que nos hemos venido relacionando con el dinero hasta ahora y aquellos comportamientos que hemos adquirido respecto a nuestras finanzas. En su libro "La Práctica de la Felicidad" nuestra fundadora, Pilar Ibáñez, nos comparte una sencilla fórmula para identificar nuestros patrones:

"Un pensamiento nos conduce a un sentimiento, el cual genera una reacción, que a su vez, provoca un determinado resultado."

Si regresáramos a la metáfora del árbol de resultados de la vida, podríamos comparar a los pensamientos con las semillas que van quedando de los frutos y vuelven a la tierra para sembrar un nuevo resultado, con la posibilidad de crear un nuevo patrón o repetir el mismo que le dio origen. Por esta razón, es muy importante identificar y llevar a la consciencia aquellos pensamientos instaurados en nuestra memoria, que se han convertido en las creencias o raíces de nuestra realidad.



¡Hagamos un test por pura diversión!
¿Alguna de estas afirmaciones se te hacen conocidas?
Responde SÍ o NO.

- "A mí que no me regalen nada, porque no quiero deberle a nadie"
- "El dinero no crece en los árboles"
- "Esa persona está podrida en la plata"
- "Si pudo comprar ese carro es porque está metido en malos pasos"
- "De eso tan bueno no dan tanto"
- "El dinero corrompe. Los ricos son malas personas y se creen más que los demás"
- "El dinero es sucio. Si lo tocas, lávate las manos"
- "Para tener suficiente dinero hay que trabajar mucho y hacer sacrificios"
- "Los ricos cada día son más ricos y los pobres más pobres"
- "Si eres espiritual no puedes ser rico"
- ¿Cuando alguien te da las gracias, respondes "de nada" o "por nada"?



¿Qué tal te pareció el ejercicio?

- Muchas de las creencias que habitan en nuestro inconsciente corresponden a las afirmaciones que escuchamos repetidas veces de nuestros padres o nuestro entorno más cercano, y las interiorizamos como verdades absolutas.
- Si tu respuesta fue "Sí" con 3 o más de estas afirmaciones, esta es tu oportunidad de cambiar la forma en la que piensas y te expresas sobre el dinero, para mejorar tu relación con él.
- El camino más sencillo para generar un cambio es el camino de la consciencia, en otras palabras, convertirnos en observadores de lo que sucede dentro y fuera de nosotros. Para cambiar algo, debemos ser conscientes de su existencia. Una vez llegamos a este estado, es posible reflexionar y hacer las modificaciones pertinentes.
- Todos tenemos el poder de cambiar cualquier pensamiento, emoción o sentimiento mientras seamos conscientes de él.

Ejercicio No.1

Cuestionar nuestras creencias

Elige 3 afirmaciones que consideras verdaderas sobre el dinero (puedes comenzar con los ejemplos de la lista anterior). Debajo de cada afirmación, escribe a quien le escuchaste esta información o quién te la enseñó. Analiza qué tan real es esta afirmación, ¿tienes pruebas de que sea verdadera? ¿Cómo esta información ha afectado tu vida? ¿Conoces a alguien que piense diferente y que haya obtenido otros resultados? Escribe todo lo que venga a tu mente.

Afirmación 1: _____



Afirmación 2: _____

Afirmación 3: _____

Ejercicio No.2 El poder de elegir

.....

Ahora que eres consciente del origen y el impacto de estas afirmaciones en tu vida, es tiempo de elegir si quieres quedarte con ellas o cambiarlas por otras que te conecten con la emoción que deseas sentir, como paz, confianza y tranquilidad. Elige las afirmaciones que deseas cambiar o renovar y escríbelas en un lenguaje positivo que te conecte con la emoción correcta. Esta es la oportunidad de observar desde una nueva perspectiva tu relación con el dinero y todas las posibilidades que se abren frente a ti.

_____ **Ejemplo:** _____

Afirmación vieja: "A mí que no me regalen nada, porque no quiero deberle a nadie"

Afirmación nueva: Doy gracias por todo lo que el universo me da porque me lo merezco por el simple hecho de existir.



Afirmación anterior:

Afirmación que elijo hoy:

Afirmación anterior:

Afirmación que elijo hoy:

Afirmación anterior:

Afirmación que elijo hoy:

¡Felicidades!

Hoy elegiste cambiar aquello que te impedía avanzar, y aún mejor, has comenzado a tomar acción. Ahora, te recomendamos crear un sistema para repasar tus nuevas afirmaciones varias veces al día, como un recordatorio en tu teléfono, un post en tu espacio de trabajo o una nota en tu mesa de noche.

Hemos llegado al final...
¡Pero el camino continúa!



En este increíble Reto PIM, aprendimos:

- La diferencia entre abundancia y prosperidad
- Cómo identificar creencias culturales y personales sobre el dinero, aprendiendo a cuestionarlas y a elegir aquellas que nos conectan con las emociones correctas.
- Cuáles son los Fertilizantes de la Prosperidad y cómo comenzar a sintonizar con lo que realmente queremos.
- Cómo trabajar en nuestro mundo invisible para tener resultados positivos en el mundo visible.
- Cómo manifestar lo que deseamos con el poder de la gratitud.

¿Te gustó esta experiencia?

Si disfrutaste este Reto PIM, únete a nuestra comunidad, invita a tus amigos y continúa disfrutando de todo el contenido que tenemos para ti.



@pimbienestar